

**GAMBARAN KEJADIAN INSOMNIA PADA PENYANDANG
HIPERTENSI YANG MENGALAMI KOMPLIKASI MAUPUN
TIDAK MENGALAMI KOMPLIKASI**



**Disusun sebagai salah satu syarat menyelesaikan Program Studi Strata I pada
Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan**

Oleh :

ALFINA RIZKI PRAMESTI

J 210 170 050

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2021**

HALAMAN PERSETUJUAN

**GAMBARAN KEJADIAN INSOMNIA PADA PENYANDANG HIPERTENSI
YANG MENGALAMI KOMPLIKASI MAUPUN TIDAK MENGALAMI
KOMPLIKASI**

PUBLIKASI ILMIAH

Oleh :

ALFINA RIZKI PRAMESTI

J 210 170 050

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji oleh :

Dosen Pembimbing

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Arina', is written over a horizontal line.

Arina Maliya, S.Kep.,Ns., M.Si.Med

NIK.745

HALAMAN PENGESAHAN

**GAMBARAN KEJADIAN INSOMNIA PADA PENYANDANG HIPERTENSI
YANG MENGALAMI KOMPLIKASI MAUPUN TIDAK MENGALAMI
KOMPLIKASI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS JUWIRING
KABUPATEN KLATEN**

Yang disusun oleh:
Alfina Rizki Pramesti
J210170050

Telah dipertahankan di depan dewan penguji,
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta
pada tanggal 16 April 2021

Pembimbing

Arina Maliya, S.Kep.,Ns., M.Si.Med.

Penguji

1. Arina Maliya, S.Kep.,Ns., M.Si.Med. (.....)
(Ketua Dewan Penguji)
2. Dr. Fahrur Nur Rosyid, S.Kep.,Ns., M.Kes (.....)
(Anggota I Dewan Penguji)
3. Enita Dewi, S.Kep., Ns, MN (.....)
(Anggota II Dewan Penguji)

Menyetujui,
Kaprodi Keperawatan

Arum Pratiwi, S.Kp., M.Kes., Ph.D.
NIK. 660

Mengetahui

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta

Irdawati, S.Kep.,Ns.,M.Si.Med
NIK. 753

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam naskah publikasi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Apabila kelak terbukti ada ketidakbenaran dalam pernyataan saya diatas, maka saya akan bertanggungjawab sepenuhnya.

Surakarta, 16 April 2021

Penulis



Alfina Rizki Pramesti
J 210 170 050

**GAMBARAN KEJADIAN INSOMNIA PADA PENYANDANG HIPERTENSI
YANG MENGALAMI KOMPLIKASI MAUPUN TIDAK MENGALAMI
KOMPLIKASI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS JUWIRING
KABUPATEN KLATEN**

Abstrak

Latar belakang penderita hipertensi biasanya disertai dengan insomnia atau gangguan kesulitan tidur, hal ini terjadi karena berapa kali mereka sering terbangun di malam hari dan juga mereka butuh waktu untuk bisa tertidur kembali. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran insomnia penyandang hipertensi yang mengalami komplikasi maupun tidak mengalami komplikasi di Wilayah Kerja Puskesmas Juwiring Kabupaten Klaten. Jenis penelitian ini merupakan penelitian *kuantitatif* dengan menggunakan rancangan *deskriptif*. Populasi penelitian semua pasien penyandang hipertensi di Prolanis Wilayah Kerja Puskesmas Juwiring Kabupaten Klaten dengan populasi sebanyak 69 responden. Sampel penelitian sebanyak 37 responden penyandang hipertensi yang mengalami komplikasi dan 32 responden tanpa disertai komplikasi yang diperoleh menggunakan teknik *total sampling*. Alat ukur dengan kuesioner Kuesioner Kelompok Studi Psikiatri Biologik Jakarta (KSPBJ)- *Insomnia Rating Scale* (IRS) dan analisis data penelitian menggunakan analisis deskriptif. Hasil Penelitian menunjukkan skala insomnia pada penyandang hipertensi dengan komplikasi sebanyak 15 responden (40.5%) mengalami insomnia ringan. Sedangkan skala insomnia pada penyandang hipertensi yang tidak disertai dengan komplikasi menunjukkan hasil 20 responden (62.5%) tidak ada gejala insomnia.

Kata Kunci : insomnia, hipertensi, komplikasi

Abstract

The background of people with hypertension is usually accompanied by insomnia or sleep disorders, this happens because of the number of times they often wake up at night and also they need time to be able to fall asleep again. The purpose of this study is to find out the picture of insomnia with hypertension that has complications or does not experience complications in the Working Area of Puskesmas Juwiring Klaten Regency. This type of research is quantitative research using descriptive design. The research population of all patients with hypertension in Prolanis Working Area of Puskesmas Juwiring Klaten Regency with a population of 69 respondents. The study sample of 37 respondents with hypertension who experienced complications and 32 respondents without complications obtained using total sampling techniques. Measuring instrument with questionnaire Questionnaire Of Biological Psychiatry Study Group Jakarta (KSPBJ)- *Insomnia Rating Scale* (IRS) and analysis

of research data using descriptive analysis. The results showed the insomnia scale in people with hypertension with complications as many as 15 respondents (40.5%) mild insomnia. While the insomnia scale in people with hypertension that is not accompanied by complications showed the results of 20 respondents (62.5%) no symptoms of insomnia.

Keywords : insomnia, hypertension, complications

1. PENDAHULUAN

Hipertensi sendiri adalah faktor resiko utama terjadinya komplikasi seperti penyakit jantung, gagal jantung kongesif, stroke, gangguan penglihatan serta penyakit ginjal (Nuraini, 2015). Penderita hipertensi biasanya disertai dengan insomnia atau gangguan kesulitan tidur. Gejala-gejala insomnia secara umum adalah seseorang sulit untuk memulai tidur, sering terbangun di malam hari ataupun di tengah-tengah saat tidur. Insomnia mengalami ngantuk yang berlebihan di siang hari serta kuantitas dan kualitas tidurnya tidak cukup yang dapat berdampak pada peningkatan tekanan darah.

Sejumlah 63.309.620 orang di Indonesia menderita hipertensi, sedangkan jumlah kasus yang meninggal dengan hipertensi sebesar 427.218 orang (Riskesdas, 2018). Prevalensi insomnia pada penderita hipertensi di Indonesia sekitar 10.3%. Artinya kurang lebih 29 juta dari total 258 juta penduduk Indonesia menderita hipertensi dengan Insomnia.

Tahun 2018 di Kabupaten Klaten terdapat kasus hipertensi sebanyak 66.066 penduduk (8,44%), jumlah penderita hipertensi didominasi oleh pasien perempuan sebanyak 41.944 penduduk (8,53%) dan pasien laki-laki sebanyak 24.122 penduduk (8,30%) (Dinas Kesehatan & Tengah, 2018). Kasus hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Juiwiring terhitung pada bulan Juli 2019 – Juli 2020 sebanyak 613 orang penyandang hipertensi. Kasus hipertensi di Wilayah Puskesmas Juwiring mengalami peningkatan setiap tahunnya yaitu dari bulan Juli – Desember 2019 tercatat ada 136 kasus (22,18%) dan bulan Januari – Juli 2020 tercatat ada 477 kasus (77,79%).

Penyebab insomnia pada penderita hipertensi adalah karena berapa kali mereka sering terbangun di malam hari dan juga mereka butuh waktu untuk bisa tertidur kembali. Mereka juga butuh waktu panjang untuk bisa bertransisi mulai dari terjaga penuh hingga tertidur," kata Christopher Drake, dari *Ford Hospital Sleep Disorders and Research Center* dan peneliti utama studi ini. Insomnia terjadi karena beberapa faktor yang menyertainya bisa karena hipertensi, depresi, stress, pola makan yang kurang baik serta kurangnya waktu untuk berolahraga, serta bekerja di malam hari dapat pula menimbulkan insomnia.

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan di Wilayah Puskesmas Juwiring pada tanggal 03 November 2020 didapatkan data diprolanis terdapat 69 orang menderita hipertensi, 37 orang diantaranya disertai dengan komplikasi. Peneliti melakukan wawancara pada pasien dengan hipertensi sebanyak 10 responden. Dari 10 responden ditemukan ada 8 responden penyandang hipertensi dengan komplikasi dan 2 responden lainnya tidak mengalami komplikasi. Didapatkan hasil dari 10 responden, 7 orang mengalami gangguan tidur dan 3 orang lainnya tidak mengalami gangguan tidur.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan rancangan deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah semua pasien penyandang hipertensi yang mengalami komplikasi maupun tidak mengalami komplikasi di Prolanis Wilayah Puskesmas Juwiring Kabupaten Klaten dengan jumlah populasi sebanyak 69 responden. Besarnya sampel yang dipergunakan dalam penelitian ini sebanyak 37 responden penyandang hipertensi yang mengalami komplikasi dan 32 responden tanpa disertai komplikasi. Dalam penelitian ini pengambilan sampel menggunakan *total sampling* yaitu teknik pengambilan sampel dimana seluruh anggota populasi dijadikan sampel semua (Sugiyono, 2018). Dalam penelitian ini menggunakan Kuesioner Kelompok Studi Psikiatri Biologik Jakarta (KSPBJ)- Insomnia Rating Scale (IRS).

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik responden meliputi : jenis kelamin, umur, tingkat pendidikan, serta jenis komplikasi yang dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 1. Distribusi frekuensi karakteristik responden penyandang hipertensi (n=69)

| Karakteristik | Min | Max | SD | Ket | Kategori Frequency (n=69) | Percent (%) |
|--------------------|-----|-----|------|--------------------------|---------------------------------|--------------|
| Jenis Kelamin | | | | Laki – Laki | 28 | 40.6 |
| | | | | Perempuan | 41 | 59.4 |
| | | | | Total | 69 | 100.0 |
| Umur | 44 | 79 | 8,94 | 26-45 tahun | 3 | 4.3 |
| | | | | 46-65 tahun | 40 | 58.0 |
| | | | | >65 tahun | 26 | 37.7 |
| | | | | Total | 69 | 100.0 |
| Tingkat Pendidikan | | | | Tidak Tamat SD | 10 | 14.5 |
| | | | | SD | 24 | 34.8 |
| | | | | SMP | 18 | 26.1 |
| | | | | SMA | 11 | 15.9 |
| | | | | Diploma | 3 | 4.3 |
| | | | | Sarjana | 3 | 4.3 |
| | | | | Total | 69 | 100.0 |
| Komplikasi | | | | Diabetes Melitus | 19 | 27.5 |
| | | | | Stroke | 7 | 10.1 |
| | | | | Penyakit Jantung Koroner | 6 | 8.7 |
| | | | | Retinopati | 5 | 7.2 |
| | | | | Tidak Komplikasi | 32 | 46.4 |
| | | | | Total | 69 | 100.0 |

Berdasarkan table 1 menunjukkan bahwa karakteristik responden sebagaimana ditampilkan pada tabel diatas menunjukkan bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan sejumlah 41 orang (59,4%), sedangkan untuk jenis kelamin laki-laki sejumlah 28 orang (40,6%). Karakteristik umur terendah adalah 44 tahun, tertinggi 79 tahun, dan standar deviasi 8,94 selanjutnya berdasarkan kategori sebagian besar berumur 46 – 65 tahun sejumlah 40 orang dengan prosentase (58,0%) dan sisanya berumur 26 – 45 tahun sejumlah 3 orang (4,3%) dan >65 tahun 26 orang (37,7%). Karakteristik tingkat pendidikan paling banyak responden berpendidikan SD yaitu 24 orang dengan prosentase (34,8%). Karakteristik jenis

komplikasi sebagian besar disertai dengan komplikasi Diabetes Melitus sejumlah 19 orang (27,5%).

Tabel 2. Tabulasi Silang Gambaran Kejadian Insomnia ditinjau dari Karakteristik Responden (n=69)

| Karakteristik Responden | Derajat Insomnia | | | | | | | | | |
|--------------------------|------------------|-------------|-----------------|-------------|-----------------|-------------|----------------|-------------|-----------|------------|
| | Tidak Ada Gejala | | Insomnia Ringan | | Insomnia Sedang | | Insomnia Berat | | Total | |
| | Frek | % | Frek | % | Frek | % | Frek | % | Frek | % |
| Jenis kelamin | | | | | | | | | | |
| Laki-Laki | 9 | 32.1 | 11 | 39.3 | 4 | 14.3 | 4 | 14.3 | 28 | 40.6 |
| Perempuan | 17 | 41.5 | 13 | 31.7 | 8 | 19.5 | 3 | 7.3 | 41 | 59.4 |
| Total | 26 | 37.7 | 24 | 34.8 | 12 | 17.4 | 7 | 10.1 | 69 | 100 |
| Umur | | | | | | | | | | |
| 26-45 tahun | 2 | 66.7 | 1 | 33.3 | 0 | 0.0 | 0 | 0.0 | 3 | 4.3 |
| 46-65 tahun | 17 | 42.5 | 16 | 40 | 3 | 7.5 | 4 | 10 | 40 | 58 |
| >65 tahun | 7 | 26.9 | 7 | 26.9 | 9 | 34.6 | 3 | 11.5 | 26 | 37.7 |
| Total | 26 | 37.7 | 24 | 34.8 | 12 | 17.4 | 7 | 10.1 | 69 | 100 |
| Tingkat pendidikan | | | | | | | | | | |
| Tidak tamat SD | 2 | 20 | 5 | 50 | 2 | 20 | 1 | 10 | 10 | 14.5 |
| SD | 10 | 41.7 | 6 | 25 | 5 | 20.8 | 3 | 12.5 | 24 | 34.8 |
| SMP | 5 | 27.8 | 8 | 44.4 | 4 | 22.2 | 1 | 5.6 | 18 | 26.1 |
| SMA | 6 | 54.5 | 4 | 36.4 | 0 | 0.0 | 1 | 9.1 | 11 | 15.9 |
| Diploma | 2 | 66.7 | 1 | 33.3 | 0 | 0.0 | 0 | 0.0 | 3 | 4.3 |
| Sarjana | 1 | 33.3 | 0 | 0.0 | 1 | 33.3 | 1 | 33.3 | 3 | 4.3 |
| Total | 26 | 37.7 | 24 | 34.8 | 12 | 17.4 | 7 | 10.1 | 69 | 100 |
| Komplikasi | | | | | | | | | | |
| Diabetes Melitus | 4 | 21.1 | 8 | 42.1 | 3 | 15.8 | 4 | 21.1 | 19 | 27.5 |
| Stroke | 0 | 0.0 | 1 | 14.3 | 3 | 42.9 | 3 | 42.9 | 7 | 10.1 |
| Penyakit Jantung Koroner | 0 | 0.0 | 4 | 66.7 | 2 | 33.3 | 0 | 0.0 | 6 | 8.7 |
| Retinopati | 2 | 40 | 2 | 40 | 1 | 20 | 0 | 0.0 | 5 | 7.2 |
| Tidak Komplikasi | 20 | 62.5 | 9 | 28.1 | 3 | 9.4 | 0 | 0.0 | 32 | 46.4 |
| Total | 26 | 37.7 | 24 | 34.8 | 12 | 17.4 | 7 | 10.1 | 69 | 100 |

Diperoleh informasi tentang kejadian insomnia pada penyandang hipertensi yang mengalami komplikasi, diketahui bahwa sebagian besar responden mengalami insomnia ringan yaitu sebanyak 15 orang dengan presentase (40,5%). Menurut asumsi peneliti, banyak responden yang mengalami insomnia ringan disebabkan insomnia yang mereka alami tidak terlalu mengganggu kualitas tidur mereka dan hanya berlangsung beberapa hari saja.

Responden yang mengeluhkan susah memasuki tidur disebabkan karena

seringkali mempergunakan waktu siang hari untuk banyak tidur, sehingga pada malam harinya mereka sulit untuk memejamkan mata dan tidur. Hal ini sesuai dengan teori Joewana dalam (Masita, 2017) insomnia merupakan salah satu gangguan utama dalam memulai dan mempertahankan tidur dikalangan lansia.

Menurut peneliti ditemukan juga masalah pada responden yaitu sering terbangun lebih dari satu kali dan sulit untuk memulai tidur lagi disebabkan karena responden merasa penyakit yang dideritanya kambuh seperti nyeri karena suatu penyakit, ketidaknyamanan fisik seperti pegal-pegal otot tubuh yang terasa kaku dan stress emosional dimana stress ini disebabkan karena kerinduan atau kekhawatiran responden kepada keluarganya, kondisi tersebut mengganggu tidur responden. Hal ini sesuai dengan pendapat Widya (2010) dalam (Masita, 2017), keluhan insomnia mencakup sulit untuk memasuki tidur, sering terbangun di malam hari, ketidakmampuan tidur kembali, bangun terlalu pagi, dan tidur yang tidak nyenyak.

Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian (Masita, 2017) yang mana menunjukkan sebagian besar responden lansia mengalami insomnia berat sebanyak 18 orang (56,3%) disebabkan pada lansia sering ditemukan pada lansia sering ditemukan masalah saat tidur diantaranya membutuhkan waktu untuk masuk tidur sekitar 30-44 menit.

Berdasarkan Tabel diperoleh informasi tentang kejadian insomnia pada penyandang hipertensi yang tidak disertai dengan komplikasi, diketahui bahwa hampir separuh dari responden tidak menunjukkan adanya gejala insomnia yaitu sebanyak 20 orang dengan presentase (62,5%). Menurut peneliti, banyak responden yang tidak menunjukkan adanya gejala insomnia disebabkan karena tidak ada hal yang mengganggu tidur responden seperti penyakit tertentu ataupun adanya komplikasi pada hipertensi yang dideritanya. Beberapa responden yang mengalami insomnia ringan disebabkan karena hipertensi yang dideritanya kambuh sehingga menimbulkan ketidaknyamanan fisik.

Adanya komplikasi sangat berpengaruh terhadap kejadian insomnia, hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Danirmala & Ariani, 2019) ditemukan

bahwa lansia yang mengalami gangguan kondisi medis cenderung akan mengalami insomnia daripada yang tidak mengalami gangguan kondisi medis, yaitu sebesar 75%. Gangguan kondisi medis seringkali menjadi komorbid dari gangguan tidur insomnia (Gede et al., 2013).

4. PENUTUP

4.1 Kesimpulan

Karakteristik responden penyandang hipertensi penyandang hipertensi yang mengalami komplikasi maupun tidak mengalami komplikasi di Prolanis Wilayah Puskesmas Juwiring Kabupaten Klaten sebagian besar berjenis kelamin perempuan, berumur 46 - 65 tahun, dengan mayoritas responden dengan tingkat pendidikan SD, serta responden yang disertai dengan komplikasi sebagian besar mengalami komplikasi diabetes melitus.

Derajat insomnia penyandang hipertensi yang mengalami komplikasi di Wilayah Puskesmas Juwiring Kabupaten Klaten sebagian besar mengalami insomnia ringan. Derajat insomnia penyandang hipertensi yang tidak mengalami komplikasi di Wilayah Puskesmas Juwiring Kabupaten Klaten sebagian besar tidak menunjukkan adanya gejala insomnia.

4.2 Saran

Diharapkan bagi responden penderita hipertensi terutama yang disertai dengan komplikasi untuk memeriksakan kesehatan secara rutin di pelayanan kesehatan atau secara rutin mengikuti kegiatan prolanis ataupun posyandu lansia yang diadakan oleh puskesmas agar tekanan darah tetap terkontrol.

Setelah mengetahui hasil penelitian yang telah dilakukan diharapkan petugas kesehatan menjaga pelayanan yang telah diberikan, serta diharapkan dapat meningkatkan kualitas pelayanan yang inovatif.

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi masukan dan pertimbangan untuk dapat melakukan penelitian lebih lanjut, serta dapat menggunakan sampel yang lebih besar, jenis dan rancangan penelitian yang berbeda.

Penelitian dilakukan pada responden dengan tingkat pendidikan yang beragam, responden dengan tingkat pendidikan rendah yang terbanyak diantaranya (Tidak tamat SD, SD, SMP) umumnya mereka kurang memahami cara mengisi kuesioner, kondisi ini mengharuskan peneliti mendampingi dan menjelaskan responden dalam pengisian kuesioner. Terdapat kendala saat pengisian kuesioner, terutama pada responden yang berusia lebih dari 70 tahun sebagian ada yang mengalami gangguan pendengaran, sehingga peneliti harus membacakan kuesioner dan pertanyaan ataupun pernyataan dijawab oleh keluarga responden. Penelitian membutuhkan waktu sehari – hari mengingat adanya pandemi covid-19 dimana kegiatan prolans untuk sementara ditiadakan dahulu karena adanya larangan berkerumun, yang mana mengharuskan peneliti untuk melakukan penelitian secara *door to door*. Jumlah sampel dalam penelitian ini di Prolans Puskesmas Juwiring Kabupaten Klaten yang mana belum bisa mewakili jumlah populasi penyandang hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Juwiring Kabupaten Klaten. Hasil dari penelitian terhadap penyandang hipertensi yang mengalami komplikasi menunjukkan insomnia ringan, hal ini disebabkan karena keterbatasan sampel.

DAFTAR PUSTAKA

- Danirmala, D., & Ariani, P. (2019). Angka Kejadian Insomnia Pada Lansia Di Panti Tresna Werdha Wana Seraya Denpasar, Bali Tahun 2015. *E-Jurnal Medika Udayana*, 8(1), 27. <https://doi.org/10.24922/eum.v8i1.45308>
- Dinas Kesehatan, P., & Tengah, nsi J. (2018). *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah Tahun 2018*.
http://dinkesjatengprov.go.id/v2018/dokumen/profil_2018/mobile/index.html
- Gede, M., Permana, C., Umum, S., & Sanglah, P. (2013). Insomnia and Correlation With Psychosocial Factors in Primary Health Care. *E-Jurnal Medika Udayana*, 2(2), 237–253. <https://ojs.unud.ac.id/index.php/eum/article/view/4884>
- Masita, L. (2017). *Skripsi Pengaruh Terapi Tertawa Terhadap Penurunan Insomnia pada Lansia*.

Nuraini, B. (2015). *Risk Factors Of Hypertension*.

Riskesdas, K. (2018). Hasil Utama Riset Kesehata Dasar (RISKESDAS). *Journal of Physics A: Mathematical and Theoretical*, 44(8), 1–200.
<https://doi.org/10.1088/1751-8113/44/8/085201>

Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Alfabeta.